

### 不吃早饭易得胆结石?是真的。

即使不吃早饭,也一样会分泌胆汁,造成胆汁堆积容易形成胆结石。另外,不吃中饭和晚饭也容易得结石。所以,为了减肥而不吃饭的姑娘,最好换种方法吧!

### 吃大骨头汤能补钙?是假的。

骨头里的钙非常难溶解出来,汤里面出来的钙仍然非常少,就连牛奶里钙的十分之一都不到,也就不可能起到实际的补钙的作用。

### 电脑前放盆仙人掌能防辐射?是假的。

经辐射检测仪检测,仙人掌并不具备防辐射功效。事实上,尚未发现任何一种植物有防辐射能力。

### 烧烤时戴隐形眼镜镜片会融化而致盲?是假的。

合格的隐形眼镜在高温的状态下,依然是很稳定的。不用担心它遇到高温会融化,大家可以抛弃框架眼镜,大方烧烤去!您要是觉得不舒服,多眨眨眼眼睛挤点泪水就好啦,隐形眼镜在有水的情况下更耐高温。

### 蛇头斩断后还能咬人?是真的。

因为蛇是变温动物,在被砍头后,头部所需供氧不多,能存活一段时间!所以大家一定要注意安全,遇到类似情况,千万不可麻痹大意!

### 超市小票摸多会致癌?是假的。

虽然超市小票有双酚A,但每1g小票中含双酚A 0.0139克,它迁移到人体的量微乎其微。就拿收银员为例,收银员每天接触小票的时间为10小时,对双酚A的摄入量比允许摄入量低42倍。因此,消费者一天接触几张购物小票,更不会影响健康,也不会致癌。

### “滴水观音”有毒?是真的。

滴水观音本身不会释放有毒气体,但叶子渗出的露水或茎内分泌的汁液,都是有毒的,触碰或误食后会出现不同程度的中毒症状。最好不要在室内种植,已经种植了的应当注意不要把它折断将其汁液弄出来,有小孩或养宠物的朋友们要小心噢!

### 香味橡皮擦含毒?是真的。

带香味的橡皮擦可能比普通橡皮,多含一些有毒有害的化学物质!这种物质不是甲醛,而是苯类化学试剂,能带来香味。现在学生使用的香味橡皮都属于新型文具,国家对这些文具未有相应的检测标准。如果没看到橡皮上正规包装,还是不要购买!

### 香甜Q弹的芋圆,可能含有油漆成分?是真的。

为了使芋圆口感Q弹,市面上确实有商家将“马来酸”加入芋圆中,“马来酸”是一种做油漆时会用到的工业原料。因此大家在选择时,要注意芋圆的价格和品质。专家建议我们选择一些原汁原味的东西比较好,勿过度追求食品的质地,颜色,口感。

### 打鼾其实是病?是真的。

打鼾虽然常见,但不可小视!特别是间断性的打鼾,是由于气道出现堵塞然后缺氧,它是长期的,慢性的。可以导致大脑、心肺、肝肾等全身器官的缺氧,可以引起肥胖,肥胖又加重打鼾,恶性循环以后,这个病越来越重,严重时可能导致猝死。打鼾严重时,应去医院进行专业性检查和治疗。

### 保鲜膜不能反复使用,不能加热?是真的。

反复使用保鲜膜会造成食物交叉感染,滋生细菌,所以千万不要反复使用,会加速食物的腐败!另外,只有标有“可用微波炉”的保鲜膜才可加热或消毒哦,但时间也不能过长。

### 吃猪血能去肺里的灰尘?是假的。

虽然有些蛋白质确实能结合一些污染物,但毕竟它是在消化道里完成的。可吸进去的灰尘是吸进肺里的,我们吃东西是不可能吃进肺里和气管里的。所以猪血起到的作用还是很有有限的。但是,猪血的补铁效果还是不错的哦。

### 熏艾条、放洋葱能去除甲醛?是假的。

这些方法都没法去甲醛,至于木炭、竹炭这些炭类

物品,虽然吸附能力不错,但很容易达到饱和,隔段时间一定要放到太阳下暴晒才能恢复它的吸附能力。论去甲醛的方法,最靠谱的还是通风,房子装修好了,最好通风三个月以上再入住哦。

### 有些手机套会致癌?是真的。

价格低廉劣质的手机套,是一些废旧塑料制成的,含有甲醛、苯等有害物质,还会挥发释放有毒的苯系物和其他有毒物质。所以朋友们要尽量选择那些颜色干净透明、材质单一的手机套,不要买有刺鼻异味、呛眼睛、摸完掉色的!

### 黄瓜、洋葱、辣椒能消灭蟑螂?是假的。

虽然以上的方法不行,但花椒是有效的。烟叶溶液效果强大,蟑螂吃后会一命呜呼~

### 碳酸饮料喝多了会骨质疏松?是真的。

长期饮用碳酸饮料会影响人体所需微量元素的吸收,钙减少了会影响骨骼的代谢,骨骼强度就会下降。所以,要少喝碳酸饮料哦。

### 手机会因温度过高而引发爆炸?是真的。

手机爆炸的主要原因是高温和电池质量,只要不让手机

质,但每次的使用量很少,并不会对人体带来危害。并且,很多厂商也在尽力开发安全性更高的产品,推荐使用有品牌质量保证的指甲油。

### 防辐射服能帮孕妇屏蔽辐射?是假的。

在正常生活、工作环境下,电磁辐射还无需通过防辐射的衣服来防护。家电辐射值较低,且一米外就会大幅衰减,很难超出国家安全标准。虽然,防辐射服能屏蔽手机信号,但测得的辐射值是没有变化的,更不能说明它能防辐射哦。

### 用盐水浸泡牛仔裤后,再清洗不会褪色?是真的。

牛仔裤80%以上用的是直接染料,在固色的时候靠的就是盐去固色。所以用盐洗肯定会起到一定的控制作用,但少部分牛仔裤用的是还原染料或植物染料。这些不是用盐来固色的,所以,这种面料用盐去固色是没有效果的。

### 头发会吸收人体很多营养?是假的。

当头发长出来以后,就已经是一个已经硬化、角化的一个东西。也就是说已经没有生命了,我们的头发是没有血管没有神经的,所以头发根本就不会吸收我们的营养,所以,朋友们不用担心了哦。

### 运动后猛喝可乐会导致电解质流失?是真的。

缺水的情况下喝大量可乐会产生高磷,它会使钙离子下降,喝进去大量砂糖可导致钾离子内移,体液中循环的钾离子降低,人会很疲劳;而且咖啡因对人体起兴奋抑制的作用,所以,运动后要补充适量水或淡盐水哦。

### 洗手液比香皂洗得干净?是假的。

香皂杀菌能力更强!因为香皂的表面活性剂含量远高于洗手液,洗手过程中,表面活性剂在去除皮肤表面油渍、污渍的同时,也随之清除了细菌,这就使得香皂的去污能力较强。所以,还是多用香皂洗手为妙!

### 饭前吃半个柚子,既饱肚又减肥?是真的。

柚子里面含有纤维素,一般来讲纤维素在身体里面不能被消化,也不能被吸收,那么它只能增加你肠胃的饱腹感,而且能够抑制食欲。吃柚子减肥,其实是一种节食减肥。除了柚子,全麦面包,粗粮,红薯,还有水果等等,纤维含量高的,都能有

一定的减肥效果。

——摘自《人民网》

## 真的? 假的?

### ——这些小常识早该补补啦



长时间处在150度以上的高温环境中,手机一般是不会爆炸的。而电池有爆炸隐患时,也会出现内部温度迅速升高变形鼓包的情况,我们可以及时发现避免受伤。

### 切辣椒辣手,可用油或酒精缓解症状?是真的。

辣椒的主要成分是辣椒素,辣椒素是一种油溶性的东西,但不溶于水。当您感觉辣椒辣手时,用油或酒精倒手上,再用纸擦拭掉是比较好的方法。如果需要接触到大量辣椒,还是戴上厚实的手套处理比较靠谱。

### 鸡精或味精吃多了会致癌?是假的。

这种说法没有科学依据,二者确实会使膳食中钠含量上升,味精因含谷氨酸钠,鸡精含盐和味精、香辛料和添加剂,是一种高钠的食物。主要危险实际上是对高血压病人不太好,还可能会干扰幼儿的氨基酸平衡。所以高血压病人和儿童,尽量不要食用这两种高钠的调味料。

### 吃黑芝麻能让头发变黑?是假的。

对于微量元素缺失的白发,黑芝麻中虽含有丰富的微量元素,但作用力太小,而且吃了以后也不一定能百分百消化吸收。对于年纪大了而导致的白发,黑芝麻还是不能扭转其衰老情况的。

### 口服胶原蛋白没有功效?是真的。

以我们现在的生活水平,根本不用担心身体会缺少胶原蛋白,因为人体正常饮食自然会制造胶原蛋白。而市面上的口服胶原蛋白良莠参差,专家说就算口服真的含有胶原蛋白的成分,人体也不会直接吸收,而是经过转化,成为人体所需的氨基酸而已。

### 指甲油会致癌?是假的。

合理地使用指甲油,如果不是去吃、去涂在脸上,就不必担心它的安全问题。虽然,它带有一些有毒物

## 专家提醒节后谨防“消化系统综合征”

新华社福州2月1日电(记者颜之宏、陈弘毅)春节假期即将进入尾声,各大医院接诊的消化系统疾病患者也出现一波“小高峰”。记者了解到,因春节期间饮食不规律、经常性醉酒所引起的“消化系统综合征”,已成为各大医院急诊室的重点关照对象。

福建医科大学附属第一医院急诊科主任蔺佩鸿告诉记者:“从大年三十年夜饭开始,我们急诊这边送来的肠胃病患者就没停过,其中很大一部分是过度饮酒导致的急性胃肠疾病,还有一部分是因为醉酒后摔伤的患者。”

据了解,春节期间密集的聚餐易形成暴饮暴食和大鱼大肉的饮食特征,而这些饮食特征则会在短期内加重消化系统负担,从而引发胃肠功能紊乱,造成急性消化系统疾病。

据蔺佩鸿介绍,一些人的胃部本身就存在不同程度的炎症和溃疡情况,春节期间一旦饱餐或醉酒,极易加重相关症状,后果则以消化道出血和穿孔最为常见。“再加上一些患者吃饱了就坐着打牌、搓麻将,结束后继续吃,形成一个恶性循环。”蔺佩鸿说,“久坐会导致深静脉血栓,突然站起来后血栓有可能入肺,引起肺栓塞,情况严重者会危及生命。”

针对节后可能出现的“消化系统综合征”,专家特别提醒,一定要在长假的最后两天时间内抓紧“休养生息”,尽可能“清淡饮食”,忌生冷和油腻食品,同时加强户外体育锻炼。

### 房产手续挂失

郭民前,不慎将太钢胜利桥干渠宿舍7栋1单元4层19号的太钢职工补贴购房登记表遗失,特此声明。

刘秉智,不慎将太钢赵庄新建宿舍11栋3单元1层37号的购房计算表遗失,特此声明。

徐仙娥,不慎将太钢胜利桥宿舍31栋2单元1层14号的购房发票遗失,特此声明。

张素兰,不慎将太钢三十五宿舍6栋4单元2层33号的住房收款收据遗失,特此声明。

### 出门证挂失

太原市河海机械有限公司,不慎将编号为:920067794、920089585的出门证遗失,特此声明。

中国外运大件物流有限公司如皋分公司,不慎将编号为:920090229、920090234、920090233、920090232、920090231、920090230共6份的出门证遗失,特此声明。

### 车辆出入证挂失

世茂狄慧明,车牌号:晋AZBOP3

电气公司王武中,车牌号:晋A816Q9

武装部靳宏,车牌号:晋A5R662

炼铁厂庄振忠,车牌号:晋ADL202

公司办公室宋泽辉,车牌号:晋A9S085

炼钢一厂白晓伟,车牌号:晋A67452

太原钢城企业公司制氧综合厂,车牌号:晋AJU414

以上单位、个人不慎将车辆厂区通行证遗失,特此声明。

### 挂失

炼铁厂韩卫斌,卡号:09204092

热轧冶金设备修造厂李迎建,卡号:30419010

营销部王凯,卡号:02300616

炼钢二厂袁小钢,卡号:03200564

不锈钢冷轧厂张伟,卡号:08305527

设备物资采购部王志军,卡号:02400438

炼钢一厂时卫新,卡号:12500923

能源动力总厂郭永忠,卡号:07602618

物流运输张伟,卡号:30522171

东山矿王振国,卡号:90001458

炼钢二厂李建鹏,卡号:30521233

型材厂高晋忠,卡号:09501166

冷轧硅钢厂韩虎明,卡号:03900730

能源动力总厂朱建刚,卡号:07601256

以上职工太钢出入卡遗失或注销,特此声明。